Pe. Antônio Gonzalez, IVE

O CONHECIMENTO DE SI MESMO

TEMPERAMENTOS

Série
DIREÇÃO ESPIRITUAL

1

Série
DIREÇÃO ESPIRITUAL

O CONHECIMENTO DE SI MESMO

TEMPERAMENTOS

Pe. Antônio Gonzalez, IVE

2015
São Paulo - SP
José Antonio Gonzalez
Instituto do Verbo Encarnado

Imprimatur
R.P. Emilio F. Rossi, I.V.E.
Superior Provincial

Pe. Antônio Gonzalez, IVE
O CONHECIMENTO DE SI MESMO: TEMPERAMENTOS
1º edição
José Antonio Gonzalez
São Paulo
2015.
40 páginas.
Papel 21x15 cm.
Assunto: 150 (psicologia).
Crédito das imagens: Corbis e Joumana Medlej.
Desenho: Paulo Henrique Klein Colombiano.

ISBN 978-85-919031-0-8

© 2015 - José Antonio Gonzalez
Instituto do Verbo Encarnado
Estrada do Curucutú, 1700 - CEP: 04895-090
Barragem, São Paulo - SP - Tel: (11) 5977-3779
E-mail: webbrasil@ive09.org
Web: www.verboencarnadobrasil.org

I. O CONHECIMENTO DE SI MESMO

Quem não se conhece a si mesmo dificilmente chegará à perfeição, porque pode formar uma ideia errada sobre si mesmo.

É necessário, então, ter um conhecimento claro e preciso, tanto de nossas qualidades naturais, quanto daquelas adquiridas ao longo da nossa vida, quer dizer, de nosso temperamento com suas características positivas e negativas, e do modo no qual podemos trabalhá-lo para obter um caráter virtuoso.

II. TEMPERAMENTO E CARÁTER[1]

O nosso modo habitual de agir tem como causa por uma parte, algo natural e inato, e por outra, algo adquirido pelo costume e pela educação; o primeiro é o que os antigos chamavam "temperamento" e o segundo é denominado "caráter"[2].

- Empregamos aqui o termo **temperamento** em seu sentido clássico, como *o conjunto de tendências profundas que derivam da constituição fisiológica dos indivíduos.*
- Pelo contrário, significamos com a palavra **caráter** *o conjunto das disposições psicológicas que resultam do trabalho sobre o temperamento, por meio da educação e dos esforços da vontade, e que dá por resultado um conjunto de hábitos bons ou maus (virtudes ou vícios).*

O *temperamento*, pois, é algo inato no indivíduo, ou seja, algo que a natureza nos impõe. Por isso, nunca desaparece por completo; mas uma educação adequada e a força sobrenatural da graça, podem reduzir até

[1] Para este ponto utilizamos partes da exposição do padre Miguel Fuentes em *"El examen particular de conciencia y el defecto dominante de la personalidad"*, Edive, San Rafael, (2011).

[2] Nem todos os autores estão de acordo no vocabulário quando se fala de questões caracterológicas. Alguns falam de "temperamento" e de "caráter" como fenômenos diversos; outros os identificam; alguns dão a cada um destes termos conteúdos diversos. Nós usaremos o termo "temperamento" no sentido clássico utilizado por Hipócrates (460-375 a.C.) e Galeno (130-200 d.C.), e empregaremos "caráter" segundo a terminologia mais usada pelos educadores da virtude (Cfr. Tihamer Toth, *O jovem de caráter*).

ao mínimo os seus defeitos e potencializar ao máximo todas as suas qualidades positivas.

Dissemos que o temperamento não desaparece nunca como base tendencial (uma pessoa terá sempre tais ou quais tendências segundo a própria constituição biofísica), mas nosso modo habitual de agir pode ser modificado pela educação (e mais propriamente pela autoeducação), como diz Santo Alberto Magno: *"Alguns estão naturalmente dispostos à fortaleza, outros à liberalidade e outros à castidade, e entretanto pelo costume podem mudar e inclinar-se em sentido contrário. E de modo semelhante, alguns naturalmente estão dispostos a vícios, como os melancólicos à inveja e os coléricos à ira, e entretanto, pelo discernimento do intelecto podem habituar-se em sentido contrário"*[3]. Portanto, o caráter tem uma parte dada pela natureza (a base temperamental) e outra adquirida pelo costume (os hábitos adquiridos, que podem ser virtudes ou vícios).

Aqui nos limitaremos a falar dos temperamentos ou disposições naturais inatas, pois é entre os *defeitos constitutivos* de cada pessoa onde encontraremos a *paixão dominante* contra a qual devemos lutar para construir em nós uma personalidade harmônica e virtuosa.

A classificação mais famosa dos temperamentos é aquela que se remonta a Hipócrates (460-375 a.C.), quem distinguia quatro temperamentos fundamentais: *sanguíneo, nervoso, colérico e fleumático.* Esta classificação ainda é válida e orientadora, mas muito geral.

Hoje em dia, uma das classificações mais famosas é a de Heymans, Wiersma e Le Senne, que distingue oito tipos de temperamentos: *Apaixonado, Colérico, Sanguíneo, Sentimental, Apático, Fleumático, Nervoso* e *Amorfo.* Estes são os resultados da combinação de três variáveis (emotividade, atividade e ressonância).

Apresentamos aqui as três variáveis que combinadas formam os 8 tipos de temperamentos:

1º **Emotividade "E"** (é o grau de excitação ou reação passional que os estímulos exteriores ou interiores produzem em nós);

3º **Atividade "A"** (é a maior ou menor inclinação à ação);

[3] Santo Alberto Magno, *Quaestiones super de animalibus*, I, q. 21.

4º **Ressonância "R"** (é a permanência do estímulo no indivíduo. Aquelas pessoas nas quais as impressões permanecem pouco tempo, são nomeadas "primárias"; pelo contrário, aquelas nas quais as impressões permanecem muito tempo, são chamadas "secundárias").

A seguir apresentamos um questionário para que você possa conhecer seu próprio temperamento. Mais adiante apresentaremos as características gerais de cada temperamento, suas principais qualidades positivas e negativas, e o melhor modo de educá-lo.

III. QUESTIONÁRIO PARA CONHECER SEU PRÓPRIO TEMPERAMENTO[4]

1. Instruções

A seguir apresentamos 30 perguntas sobre você. Cada pergunta tem duas respostas: a resposta "A" e a resposta "B". Você deverá lê-las com atenção e escolher só uma. Marque com um círculo a resposta que melhor se adequar com seu modo natural de ser (resposta "A" ou "B"). Poderá acontecer que você se encontre indeciso sobre que resposta escolher, porque parece-lhe que você é um pouco da "A" e um pouco da "B". Nestes casos coloque o círculo sobre o sinal de interrogação "?". Quando acabar o questionário, revise as suas respostas (sobretudo as que correspondem ao sinal "?") e modifique-as se for necessário. Sua resposta deve indicar seu modo natural de agir, não o ocasional, que pode não corresponder a seu modo de ser, por estar condicionado por alguma circunstância excepcional. Lembre-se de que modo você agia quando era criança, tentando colher seu temperamento puro, separando-o do que aprendeu por educação familiar ou por circunstâncias particulares de sua vida.

É importante que você seja sincero nas respostas. Com frequência gostamos de ver só os aspectos positivos de nosso

[4] Este questionário foi elaborado seguindo os estudos de Heymans, Wiersma e Le Senne, mas para que sua apresentação seja mais clara, seguimos o modo de apresentar questionários usado por Ramón Lucas em sua obra "*Explícame la persona*" (Roma, 2012, pags 167-173).

temperamento, enquanto que outros (sobretudo os mais próximos), veem também nossos aspectos negativos. Por isso é útil mostrar as respostas ao seu diretor espiritual, ou, em caso de não ter, à alguma pessoa que conheça você (como seus pais), para conferir se as perguntas foram respondidas corretamente.

2. Resultado

Complete o questionário, corrija-o e descubra qual é seu temperamento.

Ele está dividido em três partes:

A *Emotividade ("E")*: corresponde às 10 primeiras perguntas.
A *Atividade ("A")*: da pergunta 21 à 30.
A *Ressonância ("R")*: perguntas 31 à 40.

- As respostas que você marcar com um círculo na letra "**A**", *valem **1** ponto.*
- As respostas que você marcar com um círculo no sinal "**?**", *valem meio ponto (**0,5**)*
- As respostas que você marcar com um círculo na letra "**B**", *valem **0** pontos.*

Some os valores das respostas de cada uma das três variáveis (as respostas de "E", de "A" e de "R") e escreva o resultado da soma de cada variável nas casinhas colocadas embaixo de cada grupo de perguntas. Assim saberá quanto tem de *Emotividade*, de *Atividade* e de *Ressonância*. E ao transcrevê-los na tabela que está abaixo, obterá seu temperamento. Não considere as casas decimais (por ex. "6,5" será simplesmente "6"). Um exemplo: suponhamos que o resultado seja: Emotividade **4**, Atividade **8**, Ressonância **2**. Seu temperamento seria: **Sanguíneo**. Pois você seria:

- não-Emotivo (*porque **4** está abaixo da média*).
- Ativo (*porque tem **8** de atividade*).
- Primário (*porque tem **2** de ressonância*).

Mais adiante apresentaremos a tabela com os tipos de temperamentos.

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade					⊗							Emotividade
não Atividade									⊗			Atividade
Primariedade			⊗									Secundariedade

Formula: nE4 A8 P2 = **Sanguíneo**.

O valor quantitativo das três características: *Emotividade*, *Atividade*, *Ressonância*, se expressa em números de 0 a 10. O valor 5 é intermédio: acima de 5 as características se consideram positivas, e se indicam com as letras E - A - S; abaixo de 5 se consideram negativas e se indicam com as letras nE - nA - P. No exemplo anterior, a fórmula temperamental seria nE4 A8 P2 que corresponde ao caráter **Sanguíneo**.

Na fórmula temperamental pode acontecer que alguma das três características tenha "5" como valor. Isto pode indicar que a pessoa pertença a dois tipos de temperamentos diferentes, tendo características de um temperamento e de outro. Por exemplo: 7 **5** 8 (nE - **A** - S). Trata-se de um **Sentimental** que tem muitas características de **Apaixonado**, porque sua *Atividade* oscila perto da média.

A seguir apresentamos o questionário para reconhecer seu temperamento. Após responder o questionário e somar as perguntas de cada variável, veja na tabela dos tipos de temperamentos qual é o temperamento que corresponde a seu resultado.

3. Questionário

Na página seguinte...

"E" (Emotividade)	1	0,5	0
1.- Quando algo não acontece como você deseja, ou "sai pior" do que o previsto:		?	
Você fica interiormente muito nervoso (sem poder evitá-lo), embora nem sempre o demonstre externamente?	A		
Ou pelo contrário, aceita com calma interior os contratempos, sem ter que fazer grande esforço para isso, porque você é naturalmente tranquilo?			B
2.- Quando lhe corrigem, criticam, contradizem, ou zombam de você:		?	
Você sente-se ofendido em seu interior, experimentando impulsos de raiva ou de tristeza?	A		
Ou instintivamente você não dá importância a estas coisas?			B
3.- Seu humor e estado de ânimo:		?	
É sempre equilibrado, aconteça o que acontecer?			B
Ou você passa facilmente da alegria à tristeza, do entusiasmo ao desânimo, por coisas de pouca importância, e -às vezes- sem saber por que?	A		
4.- Quando você fica sabendo de notícias importantes (muito boas ou muito más) que acontecem no mundo:		?	
Você entusiasma-se ou se indigna facilmente? (Embora não o manifeste exteriormente).	A		
Ou geralmente você permanece tranquilo, exterior e interiormente?			B
5.- Quando você experimenta uma emoção forte:		?	
Empalidece ou fica vermelho facilmente, sem poder evitá-lo?	A		
Ou isso acontece só em alguma ocasião excepcional?			B
6.- Quando você fala com seus amigos:		?	
Usa com frequência palavras expressivas: ("espetacular", "fantástico", "horroroso", "horrível"); exageradas: ("isto é o melhor que aconteceu na minha vida", "isso é a melhor coisa do mundo"); pouco finas; ou vulgares?	A		
Ou não as usa quase nunca, porque você sempre se expressa de modo normal e moderado?			B
7.- Quando você conta alguma coisa ou refere o que ouviu de outros:		?	
Você menciona os dados assim como aconteceram ou como os ouviu?			B
Ou exagera, inventando detalhes que engrandecem ou pioram o relatado?	A		
8.- Ante um barulho inesperado ou algum acontecimento surpreendente e repentino:		?	
Você impressiona-se ou sobressalta-se facilmente, sofrendo uma comoção interior?	A		
Ou você não costuma sobressaltar-se, por ser de temperamento tranquilo?			B
9.- Quando você não encontra a solução de um problema:		?	
Você sente-se angustiado e preocupado por isso?	A		
Ou pode esperar tranquilamente e sem preocupação, até encontrar a solução desse problema?			B
10.- Antes de uma prova ou de um evento importante:		?	
Você sente-se agitado, ansioso, nervoso (dorme mal, perde [ou aumenta] o apetite, fica inquieto)?	A		
Ou se mantém tranquilo e sereno, sem mudar seus costumes ou modos de vida?			B
Pontos			0
TOTAL "E"			

"A" (Atividade)	1	0,5	0
1.- Quando não lhe agita alguma emoção:		?	
Você é naturalmente inquieto? (Gesticula, salta vivamente da cadeira, vai e vem em seu quarto, sem que a isso o mova uma emoção viva, mas sim por necessidade de mover-se").	A		
Ou você está geralmente quieto?			B
2-. Quando você tem uma ideia ou projeto para realizar:		?	
É-lhe necessário um esforço nítido para passar da ideia ao ato, da decisão à execução?			B
Ou executa imediatamente e sem dificuldade o que decidiu?	A		
3.- Quando você tem que fazer uma tarefa ou trabalho:		?	
Faz o que tem para fazer imediatamente e sem que isso lhe custe muito (escrever uma carta, resolver um assunto, etc.)?	A		
Ou instintivamente tende a atrasar, a "esperar um momento", etc.? (Embora consiga dominar essa tendência; porém a sente).			B
4.- Quando você percebe que outras pessoas (amigos ou familiares) precisam de ajuda:		?	
Ajuda-os espontaneamente, sem que o peçam, e o faz com prazer?	A		
Ou deixa que se virem sozinhos, enquanto você fica olhando?			B
5.- Depois de realizar suas obrigações:		?	
Você aproveita os tempos livres "descansando" plenamente?			B
Ou não pode ficar quieto, ocupando-se sempre em alguma atividade, até mesmo em tempo de descanso?	A		
6.- Em seus projetos e trabalhos:		?	
Tenta sempre melhorá-los, embora isso implique esforço e sacrifício?	A		
Ou ante o esforço e sacrifício que essas melhoras implicam, tende instintivamente a deixar as coisas como estão?			B
7.- Frente a trabalhos cansativos, difíceis, longos e que aborrecem:		?	
Você se desanima com facilidade, ou inclusive renuncia antes de começar?			B
Ou demonstra valor, decisão e perseverança até terminá-los?	A		
8.- Ao realizar seu trabalho ou quando estuda:		?	
Você acusa-se com frequência de ser lento, gastar muito tempo ou não terminar nunca?			B
Ou geralmente você trabalha mais rapidamente que outros, inclusive fazendo-o bem e com precisão?	A		
9.- Quando você faz alguma atividade recreativa (esportes, jogos, etc.):		?	
Prefere os esportes que requerem movimento e fadiga física?	A		
Ou pelo contrário, agradam-lhe os jogos tranquilos; ou inclusive diverte-se sozinho?			B
10.- Depois de um grande esforço físico:		?	
Você recupera-se com rapidez? (Depois de um descanso relativamente breve se sente com novas forças, "disposto a recomeçar").	A		
Ou, por constituição fisiológica, você precisa descansar por muito tempo para recuperar suas forças? (Embora você seja fisicamente robusto).			B
Pontos			0
TOTAL "A"			

"R" (Ressonância)	1	0,5	0
1.- Se você se sentir ofendido por alguma injúria recebida:		?	
Esquece rapidamente os sentimentos produzidos por essas ofensas, de modo que pode reconciliar-se prontamente com a pessoa que o ofendeu?			B
Ou esses sentimentos permanecem por algum tempo em seu interior, fazendo difícil a imediata reconciliação?	A		
2.- Quando tem que realizar alguma atividade ou trabalho:		?	
Você é naturalmente improvisado, decidindo em cada momento o que deve ser feito, sem muitos planos prévios; ou, se fizer planos, depois no momento de atuar, não se sujeita a eles, pois sempre lhe ocorrem novas ideias ou projetos?			B
Ou sente instintivamente repulsa a toda improvisação, gosta de planejar seus projetos e em sua ação tenta ser fiel ao que previamente planejou?	A		
3.- Se você prometeu algo a outro, ou se tiver feito um propósito:		?	
Você esquece-o com facilidade?			B
Ou geralmente não esquece o que prometeu? (Embora tarde em cumpri-lo, por qualquer outro motivo).	A		
4.- Em sua rotina habitual:		?	
Incomoda-lhe muito ter que trocar de horário e sair de sua habitual e ordenada distribuição do tempo?	A		
Ou pelo contrário, não gosta de sujeitar-se a um horário ordenado?			B
5.- Se tiver tido um fracasso:		?	
Esquece facilmente o que aconteceu e em pouco tempo já não pensa nisso?			B
Ou pensa nisso continuamente e fica um bom tempo magoado pela impressão negativa?	A		
6.- Se você tiver um projeto e não sai como esperava:		?	
Você resigna-se e começa a trabalhar em outro projeto?			B
Ou não se resigna e trata de realizá-lo, ainda que leve mais tempo?	A		
7.- Quando lhe oferecem a possibilidade de mudar (casa, trabalho, grupo, etc.):		?	
Você adora tudo o que implique novidade e mudança? (Novo domicílio, novas ocupações).			B
Ou pelo contrário, lhe incomoda trocar, e gosta do usual e conhecido? (Agrada-lhe sua casa, seu lugar de trabalho, sua tarefa de cada dia; frequentar às mesmas pessoas, etc.).	A		
8.- Quando você formou uma opinião:		?	
É difícil lhe convencer de outra coisa? você se mantém firme (pelo menos em seu interior) em relação ao que considera verdadeiro, embora de fato não goste de discutir?	A		
Ou com facilidade (instintivamente) tende a concordar com a opinião dos outros?			B
9.- Em seus projetos e planos:		?	
Você é naturalmente constante e geralmente acaba o que começou?	A		
Ou frequentemente sente o desejo de abandonar uma coisa antes de acabá-la, para começar outra mais fácil ou mais interessante, começando muitas coisas e acabando poucas?			B
10.- Em seus gostos:		?	
Você é constante? (Não gosta de mudar).	A		
Ou se cansa das mesmas coisas e prefere mudar?			B
Pontos			0
TOTAL "R"			

4. Tipos de Temperamento

N	Temperamento	Emotividade	Atividade	Ressonância
1	Apaixonado	Emotivo	Ativo	Secundário
2	Colérico	Emotivo	Ativo	Primário
3	Sanguíneo	não Emotivo	Ativo	Primário
4	Sentimental	Emotivo	não Ativo	Secundário
5	Apático	não Emotivo	não Ativo	Secundário
6	Fleumático	não Emotivo	Ativo	Secundário
7	Nervoso		não Ativo	Primário
8	Amorfo	não Emotivo	não Ativo	Primário

Aqui você pode colocar os resultados da soma de cada questionário para ver qual é o seu temperamento:

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade										⊗		Emotividade
não Atividade									⊗			Atividade
Primariedade											⊗	Secundariedade

Formula: _____ = _____

Se o seu resultado se encontrar dentro destas variáveis, você é **Apaixonado**

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Emotividade
não Atividade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Atividade
Primariedade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Secundariedade

Se o seu resultado se encontrar dentro destas variáveis, você é **Colérico**

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Emotividade
não Atividade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Atividade
Primariedade	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗							Secundariedade

Se o seu resultado se encontrar dentro destas variáveis, você é **Sanguíneo**

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗							Emotividade
não Atividade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Atividade
Primariedade	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗							Secundariedade

Se o seu resultado se encontrar dentro destas variáveis, você é **Sentimental**

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Emotividade
não Atividade	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗							Atividade
Primariedade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Secundariedade

Se o seu resultado se encontrar dentro destas variáveis, você é **Apático**

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗							Emotividade
não Atividade	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗							Atividade
Primariedade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Secundariedade

Se o seu resultado se encontrar dentro destas variáveis, você é **Fleumático**

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
não Emotividade	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗							Emotividade
não Atividade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Atividade
Primariedade							⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	Secundariedade

5. Descubra as suas características temperamentais.

Outro modo de descobrir seu temperamento é marcar suas características temperamentais e depois compará-las com a descrição de cada temperamento que daremos a seguir.

Marque dentre as seguintes características temperamentais opostas, para qual das duas possibilidades você se inclina segundo seu temperamento. No caso de inclinar-se à uma característica de forma extrema, marque a casinha da coluna "10" dessa caraterística, se pelo contrário, se inclinar com menos intensidade marque alguma das casinhas entre "2" e "8", segundo o grau em que você acha que possui essa característica. Se seu temperamento se encontrar exatamente no meio dessas duas características opostas, sem se inclinar para um lado ou outro, marque a casinha "0". Em caso de dúvidas, não marque essa característica e passe para a seguinte.

	10	8	6	4	2	0	2	4	6	8	10	
SOCIÁVEL	◄	—	—	—	—	●	—	—	—	⊗	►	SOLITÁRIO
CARINHOSO						⊗						DESAPEGADO
RESPONSÁVEL	⊗											IRRESPONSÁVEL
TRANQUILO									⊗			NERVOSO
ALEGRE												TRISTE
ATENTO												DISTRAÍDO
DINÂMICO												LENTO
DECIDIDO												INDECISO
SERENO												IMPULSIVO
EMOTIVO												FRIO
FLEXÍVEL												TEIMOSO
FALADOR												CALADO
DOMINANTE												SUBMISSO
REFLEXIVO												SUPERFICIAL
INQUIETO												FORMAL
EFICIENTE												PENSATIVO
TRABALHADOR												OCIOSO

Agora marque com um círculo três ou quatro caraterísticas que destacaram em seu caráter e escreva-as embaixo.

(_____ _____ _____ _____) **Temperamento** = _____

IV. DESCRIÇÃO DOS TEMPERAMENTOS

1.- O APAIXONADO[5]

Trata-se de um temperamento **emotivo** (quer dizer, impressionável ante qualquer tipo de estímulos), gosta de agir energicamente, mas pensa antes de agir, **ativo** (com tendência interior à ação, não importa se tiver metas definidas ou não) e **secundário** (quer dizer, que guarda durante muito tempo as impressões recebidas e se encontra ligado a seu passado). Por isso, ante um estímulo, o apaixonado se excita fortemente, reage energicamente, e a impressão fica na alma por muito tempo.

- **Qualidades Positivas:** o apaixonado tem entendimento agudo e rigoroso, boa memória, vontade firme, concentração, constância, magnanimidade, liberalidade, decisão e eficácia. Também é muito ativo e voluntarioso, capaz de desenvolver uma atividade enérgica e prolongada, concentrada sobre um objeto preciso. É muito responsável: toma seus próprios assuntos e os que lhe encomendam com muita seriedade, e é de confiar quando promete alguma coisa. O repouso e a inação repugnam a sua natureza (é mais inclinado a agir do que a refletir). Sempre estão planejando algum projeto grande. Assim que se propôs um fim, põem-se a trabalhar, sem ter medo das dificuldades. Seu rigor lógico no pensamento, sua memória, capacidade de invenção e eficácia na execução lhe capacitam para as grandes empresas. De tudo isto segue-se que ele tenha uma notável capacidade de organização e mando. Entre eles abundam os líderes e chefes. São homens de governo.

- **Qualidades Negativas:** a tenacidade de seu caráter os faz propensos à dureza, à obstinação, à insensibilidade, à ira e ao orgulho.

Geralmente são ambiciosos e têm tendência ao mando e à glória. São dominantes, gostariam que tudo se submetesse a eles. Por isso não é fácil para eles submeter-se a um superior. Também são orgulhosos e lhes custam as humilhações. Outra caraterística sua é seu amor próprio, já

[5] Esta descrição dos temperamentos é um resumo dos trabalhos dos autores citados ao final deste livro. Se alguém quiser estudar mais a fundo este tema, recomendo a leitura desses trabalhos.

que geralmente não aceitam ser vencidos nem ultrapassados por ninguém.

Sua grande emotividade os predispõe à ira. As faltas próprias e alheias lhe causam grande irritação e se propõe corrigi-las com firmeza. Caso lhes resistam ou contradigam, podem tornar-se violentos e cruéis. Sua paixão, às vezes, obscurece seu juízo, motivo pelo qual suas críticas podem ser severas, e às vezes injustas.

Sua secundariedade faz com que não esqueça facilmente as injúrias recebidas. Para eles é muito difícil perdoar e reconciliar-se com seu inimigo. Se são vencidos costumam guardar ódio no coração até que chegue a hora da vingança. Outra caraterística de sua secundariedade é a imutabilidade de seus juízos, a qual às vezes chega até a teimosia.

Sua inclinação à atividade e seu ardente desejo de conseguir o que se propõem (suas obras), lhes faz, ser duros e exigentes com os que trabalham com eles, e também lutar energicamente contra tudo o que consideram um obstáculo para realizar suas obras. O apaixonado se realiza em suas obras, às quais consagra todos os seus esforços, sempre que as possa realizar segundo a sua vontade e seu modo. Quando está obrigado a realizar uma obra de um modo distinto ao dele, perde força e a realiza desanimadamente.

- **Educação:** é necessário ensinar-lhe a canalizar as suas energias na busca da santidade e das virtudes necessárias a seu temperamento, as quais são:

Humildade: para vencer seu orgulho e amor próprio.

Paciência e misericórdia: com os defeitos do próximo. Deve tratar a todos com suavidade e doçura

Juízo caridoso: sempre tentar pensar bem do próximo. É o remédio contra a sua disposição às críticas.

Flexibilidade na opinião: para vencer a sua teimosia.

Desapego de suas obras: que no fundo seria desapego de fazer a sua própria vontade (de impor seu modo de fazer as coisas). Deve fazer as obras sem colocar o coração nelas. Totalmente flexíveis para mudar o modo, e até a mesma obra, se o superior o pedir.

2.- O COLÉRICO

É **emotivo** (quer dizer, impressionável ante qualquer tipo de estímulos), **ativo** (com tendência interior a ação, não importa se tem metas definidas ou não) e **primário** (quer dizer, de reações imediatas mas com um rápido retorno a seu estado anterior, ou seja, fácil de acalmar-se). O colérico se excita fácil e fortemente por qualquer impressão. A reação é imediata e exterior, mas a duração é curta. A lembrança das coisas passadas não provoca tão facilmente novas emoções. Como características gerais sublinhamos a sua atividade excessiva e seu modo impulsivo. Os coléricos são pouco voltados para seu interior. Tudo o que pensam, o comentam e comunicam aos outros. São muito expressivos e propensos a expressar-se de modo exagerado. Sua primariedade e exterioridade fazem com que gostem das relações sociais e das novidades (ao contrário do sentimental e do apático que preferem a solidão e a vida rotineira). Outra nota caraterística e seu gosto pela aventura e atividades extremas.

- **Qualidades Positivas:** é ativo, empreendedor e de grande iniciativa. Geralmente é otimista, não teme as dificuldades, mas confia sempre no bom êxito. Seu entusiasmo é contagioso e atraente. Sua fortaleza natural, audácia e valentia lhe capacitam para grandes empresas. Homem de ideais elevados, não se conforma com meios termos. Tem uma vontade decidida, grande talento de improvisação e qualidades de orador. Graças a sua primariedade são mais flexíveis que os apaixonados, não sendo tão teimosos como estes.

Sua atividade e primariedade dão-lhes um grande sentido prático e ótima destreza manual. Também são muito aptos para os esportes que requerem destreza física.

A sua primariedade dá-lhe uma inclinação inata a comunicar o que pensa e sente, para o qual ajuda-lhe sua notável facilidade com as palavras. É fácil e pronto à amizade e às relações sociais.

Por ser emotivo e ao mesmo tempo primário reage imediata e violentamente frente às injúrias, prorrompendo em expressões ofensivas, mas se esquece de tudo logo, sem guardar rancor de ninguém.

- **Qualidades Negativas:** a sua primariedade faz com que apesar de que a sua atividade seja intensa, não tenha grande constância, nem profundidade: ele se cansa facilmente e muda de atividade sem terminar

aquilo que estava fazendo. Por esta mesma razão ele se esquece das coisas. A sua grande emotividade junto com a sua primariedade fazem com que a sua atividade seja impulsiva (sem reflexão) e improvisada (sem planificação). O qual, não poucas vezes, faz-lhes desperdiçar as suas forças, começando muitas coisas sem concluí-las ou comprometendo-se a mais tarefas do que pode realizar, tendo simultaneamente várias ocupações sem levar bem nenhuma delas. Outras vezes, a impulsividade pode levá-lo a tomar decisões arriscadas, sem prever as consequências. Enfim, por serem impulsivos, são propensos a fazer juízos apressados e superficiais, podendo cair no erro.

Outra caraterística da união da emotividade com a primariedade é a inclinação à ira e à sensualidade. Eles podem ser tão impacientes e irascíveis, que não admitam a menor falha ou contradição sem que se desate a sua cólera. Também são muito predispostos aos prazeres carnais e à vaidade (sobretudo no seu aspecto físico).

O reconhecimento de sua própria superioridade na ação, pode levá-lo ao orgulho ou à vanglória. Confia demasiado em si mesmo e sempre quer impor sua opinião aos outros. Custa-lhe reconhecer seus defeitos e facilmente critica os alheios.

- **Educação:** têm que ser donos de si mesmos para poder controlar suas fortes paixões: sobretudo a ira e a sensualidade. Para isso será necessário que sejam *pacientes* e *temperantes*.

Contra a superficialidade: devem habituar-se a *pensar* antes de agir, aprendendo a *não agir precipitadamente* e a desconfiar de seus primeiros impulsos. Também devem ser *profundos*, tentando chegar ao fundo do assunto, antes de julgar. Devem *planejar* bem as suas obras antes de começá-las e seguir com *fidelidade* e *constância* o plano traçado até terminá-lo, antes de começar uma outra obra.

Devem ser *humildes* para não cair no orgulho ou na vanglória: evitando aparecer através de suas habilidades e destrezas.

Ser *prudentes* e prever as consequências de suas decisões, para que não aconteça que uma excessiva e infundada confiança no bom êxito da obra, os leve a tomar decisões arriscadas.

3.- O SANGUÍNEO

É **não emotivo** (quer dizer, não se impressiona facilmente), **ativo** (com tendência interior à ação, não importa se tem metas definidas ou não) e **primário** (quer dizer, de reações imediatas mas com um rápido retorno a seu estado anterior, ou seja, fácil de acalmar-se). O sanguíneo se excita facilmente, mas não fortemente. Os estímulos acendem nele o desejo, mas não a ira. A sua reação é imediata e exterior, mas é tranquila e de duração curta. A lembrança das coisas passadas não provoca tão facilmente novas emoções. Sua primariedade e exterioridade fazem com que goste das relações sociais e das novidades (ao contrário do sentimental e do apático que preferem a solidão e a vida rotineira). Sua atividade está geralmente orientada à satisfação de suas necessidades orgânicas (saúde, comodidade, prazeres sensuais) e a busca pelo bem-estar econômico e pelo êxito social (fama). A sua inteligência é viva, rápida e intuitiva, assimila facilmente, mas sem muita profundidade. Sua imaginação é ardente e tem muito sentido prático, por isso triunfa facilmente na arte, na poesia e na oratória, mas devido à sua inconstância e superficialidade poucas vezes alcança o nível dos sábios. Os sanguíneos seriam espíritos superiores se tivessem tanta profundidade como sutileza, tanta tenacidade no trabalho como facilidade nas concepções.

- **Qualidades Positivas:** é afável, alegre, simpático, loquaz, serviçal, amável, atento e cortês com todos. Sociável: gosta do companheirismo e das amizades. É amigo das festas, do barulho e da animação. Dotado para a improvisação em público. Extrovertido: tudo o que pensa, comenta-o e comunica aos outros. Sincero e espontâneo (às vezes até a inconveniência).

É flexível com seus companheiros: desconhece em absoluto a teimosia e obstinação. Também é dócil e submisso a seus superiores. Quando cometeu alguma falta, facilmente se consola e renova os bons propósitos.

Ama a liberdade e é tolerante. Gosta da paz e é paciente com os defeitos alheios. Não se irrita facilmente ante as ofensas. Se for ofendido, esquece rapidamente, perdoa facilmente e não guarda rancor de ninguém.
É sensível e compassivo com as misérias do próximo. Seu bom coração cativa, exercendo uma espécie de sedução ao seu redor. Geralmente tem disposição para a música e gosto pelos esportes.

- **Qualidades Negativas:** seus principais defeitos vem da sua primariedade e são três:

A *superficialidade*, deixa-se levar facilmente pelas aparências e por isso com frequência é superficial em seus juízos, o que provêm de sua rapidez para as concepções. Quando apenas compreendeu algo, pensa que já captou tudo em sua profundidade. Daí vem seu juízos apressados, com frequência inexatos, e até falsos. Disto se segue que muitas vezes se comporte de modo imprudente.

A *inconstância*, pela pouca duração de suas impressões passa rápido de um estado de ânimo a outro. São inimigos do sacrifício e da abnegação, do esforço duro e contínuo. Para perseverar em uma obra começada necessitam sempre de novos estímulos, já que por temperamento desejam mudar sempre. São desorganizados, descuidados e esquecem das coisas. Também são preguiçosos para o estudo. Não podem controlar a vista, os ouvidos, a língua e o silêncio. Facilmente se distraem na oração.

A *sensualidade*, enfim, tem tendência a *gula* e a *luxúria*. Sua imaginação é viva, e inclinada ao sensível; por isso prefere o mais agradável, gostoso e chamativo. Isto faz que seja propenso a gostar das vaidades do mundo: prazeres, riquezas e êxito social; e a aborrecer a disciplina, a mortificação, a pobreza e a humilhação.

- **Educação:** deve incentivar as boas qualidades, e lutar contra os defeitos:

Contra a *superficialidade*, deve trabalhar para adquirir o hábito da reflexão e ponderação de tudo o que faça. Pensar bem antes de agir.

Contra a *inconstância* deve procurar ter um plano de vida, fazer bem o exame de consciência, pôr-se nas mãos do diretor espiritual e obedecer-lhe em tudo. Na oração deve lutar contra as distrações e a tendência aos consolos sensíveis.

Contra a *sensualidade*, deve vigiar constantemente, ser disciplinado no comer, fugir das ocasiões perigosas, guardar a vista e o recolhimento interior.

4.- O SENTIMENTAL

É **emotivo** (quer dizer, impressionável ante qualquer tipo de estímulos), **não ativo** (não tende interiormente a ação) e **secundário** (guarda durante muito tempo as impressões recebidas e está muito ligado a seu passado). Ele é muito sensível a todo tipo de emoções ou impressões, todavia a sua reação geralmente não se exterioriza, ela se concentra no fundo da alma e ali se grava profundamente e até se acentua cada vez mais. Por exemplo, quando ele for ofendido não responde exteriormente à ofensa recebida, mas logo, quando ficar sozinho, reviverá a sua raiva e indignação, aumentando a ofensa na sua imaginação. Caso as injúrias se repitam chegará um momento em que estourará violentamente, tendo muita dificuldade para se reconciliar, pela profundidade da ferida no seu espírito. Como notas específicas indicam-se: a profundidade e a longa duração de sentimentos, e a pouca manifestação exterior dos mesmos. O sentimental é introvertido (voltado para o seu interior), sente uma grande necessidade de reflexão. Por isso preferem a vida tranquila e solitária, mais do que o barulho e a vida social. Sua secundariedade lhes faz gostar da vida rotineira não precisando de mudanças ou novidades (ao contrário do sanguíneo e do colérico).

- **Qualidades Positivas:** são bondosos e honrados; incapazes de ser cruéis ou ásperos com outros, embora por ser reservados, externamente podem apáticos.

Por serem emotivos e introvertidos possuem em seu coração uma grande riqueza sentimental. Se compadecem facilmente das misérias do próximo. Sofrem muito com a frieza e com a ingratidão.

A sua secundariedade faz com que quando amam não se desprendam facilmente das afeições, porque as impressões neles se arraigam profundamente e duram muito tempo. Outra nota caraterística que provém da sua secundariedade é a sua fidelidade e constância na amizade, embora não gostam de ter muitos amigos (eles preferem um pequeno grupo de íntimos).

São naturalmente inclinados à reflexão, à solidão, à quietude, à piedade e a vida interior. São grandes pensadores e gostam do silêncio e da tranquilidade. Tem uma inteligência aguda e profunda, amadurecem

as ideias com a reflexão e a calma. Também sentem atrativos pela arte e tem aptidão para as ciências.

Na ação são comumente lentos e metódicos. Também são responsáveis em seus ofícios e cumpridores de seus deveres. São previsores e precisam que tudo esteja planejado antes de começar alguma obra.

- **Qualidades Negativas:** o lado desfavorável deste temperamento é a tendência exagerada à tristeza e melancolia. A sua grande emotividade e introversão faz que quando recebem uma forte impressão, esta penetre profundamente na sua alma e lhes produza uma ferida sangrenta. Não têm o coração na mão como o sanguíneo, pelo contrário o tem muito no fundo, e ali saboreiam suas angústias. Podem sofrer muito por causa dos defeitos alheios, e podem chegar a ser susceptíveis e vulneráveis. Por uma injúria recebida se sentem desprezados e odiados. Às vezes, sua grande emotividade pode obscurecer seu juízo, o que pode levá-los a fazer juízos errados sobre o próximo.

Quando a sua emotividade se une a sua secundariedade faz com que encontrem grande dificuldade em perdoar as ofensas. Se eles odeiam, o fazem intensamente e não conseguem desafogar seus sentimentos com facilidade.

Por ser secundários e introvertidos são propensos ao juízo próprio, à teimosia e à crítica.

A sua secundariedade e inatividade os faz *inseguros*: o qual se manifesta na sua indecisão (voltam mil vezes sobre seus sentimentos e ações, temendo não ter feito as coisas bem ou de um modo reto); e na sua inclinação ao pessimismo (veem sempre o lado difícil das coisas, exageram as dificuldades). Por tudo isto, são propensos a ser retraídos e tímidos, predispostos à desconfiança nas suas próprias forças, ao desalento, à indecisão, aos escrúpulos, obsessão e a uma certa espécie de melancolia.

Também são apegados a seus bens, custando-lhes emprestá-los; e também à ordem de suas coisas e de sua vida, custando-lhes muito quando alguém obriga-lhes a mudar seus planos ou a ordem de suas coisas.

- **Educação:** contra a *insegurança* e a *indecisão* é necessário infundir-lhes uma grande confiança em Deus e em si mesmos, ou seja, nas capacidades que Deus deu-lhes para realizar grandes empresas. Quando confiam em Deus e também nas suas próprias forças, tornam-se mais seguros e confiantes. Em seguida é necessário ensinar-lhes a *tomar decisões*, ainda que não tenham todos os dados que eles gostariam de ter antes de decidir. Finalmente para vencer a sua *timidez*, devem aprender a socializar-se e a divertir-se com seus amigos.

Contra a *susceptibilidade*: deve-se aproveitar a sua inclinação à reflexão para fazer-lhes compreender que não é bom que sejam tão suscetíveis, que se alguém os trata mal, isto não significa que essa pessoa os odeia. Também devem encontrar um modo eficaz de exteriorizar seus sentimentos para poder desabafá-los e jamais chegar a cair na tristeza. Enfim é também importante que aprendam a perdoar as ofensas recebidas e a sarar as feridas que deixaram as ofensas passadas.

Contra o seu *juízo próprio* e a sua *teimosia*: é necessário mostrar-lhe que ele também pode errar e que por isso não deve confiar tanto em seu juízo próprio, mas sim considerar as opiniões dos outros sem pré-juízos, para ver quem é que está certo. Deste modo ele evitará a teimosia e se manterá flexível às opiniões dos outros, para estar sempre aberto à verdade.

Contra a sua *disposição à crítica*: deve tentar pensar sempre bem do próximo. E cuidar-se para não pensar e nem falar mal dele.
Contra o *apego a seus bens* e *a sua ordem*: devem ser indiferentes aos bens materiais e aceitar com paciência todas aquelas circunstâncias que desfazem seus planos.

5.- O APÁTICO

É **não emotivo** (não se impressiona facilmente), **não ativo** (não tende interiormente à ação) e **secundário** (guarda durante muito tempo as impressões recebidas e está ligado a seu passado).

Destacam neles a aparente ausência de paixões, a introversão e a secundariedade, caraterísticas que os fazem parecer pessoas frias e calculistas. O apático é movido por razões e não por sentimentos.

Suas caraterísticas lhes fazem preferir uma vida tranquila, sem muita atividade, com tarefas bem delimitadas e simples. A sua secundariedade fornece-lhes um ânimo constante e imperturbável, também faz com que gostem de uma vida metódica e rotineira, ao mesmo tempo que os indispõe mudanças ou novidades (ao contrário do sanguíneo e do colérico). São naturalmente inclinados à reflexão, à solidão e à quietude. Por isso não gostam da vida social. São grandes pensadores e gostam do silêncio e da tranquilidade. A sua inteligência é lenta, mas profunda, lógica e clara. Falam pouco e seu modo de falar é claro, ordenado e preciso. Na ação são comumente lentos e sistemáticos. São conservadores e respeitosos da lei, dos princípios e dos costumes. Também são responsáveis em seus ofícios e cumpridores de seus deveres, embora não costumam empreender muitas obras por iniciativa própria. São previsores e precisam de que tudo esteja planejado antes de começar alguma obra. São propensos à análise de si mesmos e de seu entorno.

- **Qualidades Positivas:** é tranquilo e de ânimo constante. Permanece sossegado, discreto e sensato. É paciente, não se irrita facilmente por insultos ou fracassos. Não gosta de bater de frente com os outros. Fala pouco e seu modo de falar é claro, ordenado e preciso. É prudente e reflexivo. Também é ordenado e metódico. É dócil e obediente, se adapta progressivamente às regras do lugar onde está.

- **Qualidades Negativas:** são tão tranquilos que parecem não ter interesse ou entusiasmo por nada. São muito passivos e têm pouca iniciativa. Tendem a não comprometer-se em atividades que exijam muito esforço e sacrifício.

A sua calma e lentidão podem impacientar a mais de uma pessoa. Nos casos mais agudos podem fazer-se preguiçosos, e insensíveis às reclamações dos seus superiores.

Por ser secundários e introvertidos são por uma parte propensos ao egoísmo, ao juízo próprio e à teimosia; mas por outra, *inseguros* em relação a seu entorno, aparecendo como retraídos, tímidos e indecisos.

São apegados a seus bens, custando-lhes emprestá-los; e também à ordem de suas coisas e de sua vida, custando-lhes quando alguém obriga-lhes a mudar seus planos ou a ordem de suas coisas.

- **Educação:** contra a sua *insensibilidade* e *passividade*: é necessário acender em seus corações a chama de um ideal, que dê motivo à suas atividades. Devem ter convicções profundas e exigir-lhes esforços contínuos e ordenados para alcançar a santidade.

Contra a *insegurança* e a *indecisão*: é necessário infundir-lhes uma grande confiança em Deus e em si mesmos, ou seja, nas capacidades que Deus deu-lhes para realizar grandes empresas. Quando confiam em Deus e também nas suas próprias forças, tornam-se mais seguros e confiantes. Em seguida é necessário ensinar-lhes a *tomar decisões*, ainda que não tenham todos os dados que eles gostariam de ter antes de decidir. Finalmente para vencer a sua *timidez*, tem que aprender a socializar-se e a divertir-se com seus amigos.

Contra o seu *juízo próprio* e a sua *teimosia*: é necessário mostrar-lhe (como se faz com o sentimental) que ele também pode errar e que por isso não deve confiar tanto em seu juízo próprio, mas sim considerar as opiniões dos outros sem pré-juízos, para ver quem é que está certo. Deste modo ele evitará a teimosia e se manterá flexível às opiniões dos outros, para estar sempre aberto à verdade.

Contra o *apego a seus bens* e *a sua ordem*: devem ser indiferentes aos bens materiais e aceitar com paciência todas aquelas circunstâncias que desfazem seus planos.

6.- O FLEUMÁTICO

É **não emotivo** (quer dizer, não se impressiona facilmente), **ativo** (com tendência interior à ação, não importa se tem metas definidas ou não) e **secundário** (quer dizer, que guarda durante muito tempo as impressões recebidas). Os fleumáticos não conhecem as paixões veementes do apaixonado, nem as ardentes do colérico, nem as vivas do sanguíneo, nem as profundas do sentimental; mas como os apáticos, os fleumáticos não têm grandes paixões. Porém se diferenciam destes últimos em que os fleumáticos são mais ativos e um pouquinho mais extrovertidos. A reação de um fleumático ante um estímulo é fraca e lenta, porém constante e persistente. Eles gostam de uma vida ativa, sempre que se trate de uma atividade lenta e não muito sacrificada. A sua secundariedade faz com que sejam responsáveis em seus ofícios e cumpridores de seus deveres, embora não costumem empreender muitas obras por iniciativa própria. São conservadores e respeitosos da lei, dos princípios e dos costumes. A sua inteligência é lenta, mas profunda e clara. Geralmente eles tem boa memória, capacidade de concentração e uma lógica rigorosa. Fala pouco, e quando se comunica, o faz com medida e sem elevar a voz.

- **Qualidades Positivas:** a sua pouca emotividade junto com a sua secundariedade fornecem-lhes um temperamento tranquilo e um ânimo constante. São muito pacientes, não se irritam facilmente por ofensas ou fracassos. Permanecem sossegados, discretos e sensatos.

Falam pouco e seu modo de falar é pausado, ordenado e preciso. Não gostam da vida social. Trabalham devagar, mas assiduamente, com constância e aplicação. São ordenados e sistemáticos.

Possuem um coração bondoso, porém parecem frios, pois não gostam de manifestar os seus afetos.

- **Qualidades Negativas:** sua tranquilidade pode tornar-se uma espécie de apatia, despreocupando-se de tudo o que o rodeia, sem mostrar interesse ou entusiasmo por alguma coisa. Isso pode endurecer seu coração, fazendo-o insensível, frio e egoísta.

Sua calma e lentidão lhe fazem perder boas ocasiões, porque demora muito em iniciar a execução de seus planos. É possível que exagere em sua prudência e previsão até ao extremo de não começar nada por pensar

muito nas possíveis dificuldades, desperdiçando assim muitas ocasiões propícias. Isso o faz acovardar-se em mais de uma ocasião e (o que é curioso em um caráter ativo), pode tornar-lhe preguiçoso, ao fugir da ação por evitar seus possíveis perigos, ou simplesmente por defender sua solidão e tranquilidade da agitação e do trato social.

Não gosta muito da penitência e mortificação, nem dos trabalhos que implicam muito sacrifício.

- **Educação:** contra a sua *apatia* e *desinteresse*: é necessário acender em seus corações a chama de um ideal, que dê motivo a suas atividades e sobretudo a suas iniciativas, já que o problema do fleumático não é a falta de atividade, mas sim a falta de empolgação.

Contra o *egoísmo*: deve aprender a amar e a interessar-se pelos problemas de seus amigos e companheiros.

Contra a *lentidão*: deve adquirir a capacidade de fazer as coisas rapidamente (para poder agir desse modo quando as circunstâncias o exijam).

Contra a *timidez*: deve aprender a ser mais sociável e a divertir-se com seus amigos.
Contra a sua *falta de iniciativa*: é necessário ensinar-lhe a não exagerar em sua prudência e previsão e lançar-se à realização de seus projetos.

7.- O NERVOSO

É **emotivo** (quer dizer, impressionável ante qualquer tipo de estímulos), **não ativo** (quer dizer, não tende a ação) e **primário** (quer dizer, reage imediatamente, mas volta rapidamente para o estado anterior).
Tem como caraterística geral a sua grande variabilidade de sentimentos, sem que suas intensas emoções deixem um rastro duradouro. Isso faz com que a sua vitalidade seja turbulenta e pouco previsível. Interessa-se muito na sua vida subjetiva, rica e complexa: homem de problemas interiores, intensos gozos e sofrimentos que seguem-se uns aos outros.

- **Qualidades Positivas:** tem um coração muito sensível; está inclinado à bondade e à compaixão, e é muito generoso. Atento às necessidades e gostos alheios, é espontaneamente serviçal e carinhoso quando trata com aqueles a quem admira ou sabe que gostam dele. Por seu espírito delicado tem um dom especial para o trato. A sua imaginação é vivíssima e seu engenho

vivaz; tem qualidades artísticas e talento musical. A sua inteligência é mais intuitiva do que dedutiva, e mais concreta do que abstrata.

- **Qualidades Negativas:** a raiz de seus defeitos é sua sensibilidade. Pode chegar a ser muito suscetível. Inclinado à vaidade e à sensualidade. Vive de impressões, dos ímpetos momentâneos, o que faz com que mude facilmente de parecer e de ocupação; pode chegar a ser escravo do momento presente. É altamente influenciável pelos amigos e o ambiente. Curioso em extremo, e muito inclinado à aventuras extravagantes. É pouco previsor e inimigo de tudo o que exija esforço e disciplina metódica (mental ou física). Sua grande excitabilidade pode tornar-lhe indisciplinado e rebelde diante daqueles que ele acha que não lhe estimam ou entendem. Sente vivamente as injúrias e dá mostras disso com alterações de gênio, embora passageiras. Gosta de aparecer e de ser admirado. Abate-se facilmente ao fracassar e faz propósitos de corrigir-se, mas logo se esquece deles. Também tende a sobrevalorizar-se a si mesmo, sublinhando mentalmente a suas boas qualidades e prestando pouca atenção a seus defeitos.

- **Educação:** tem que ser dono de si mesmo para não deixar-se dominar por seus sentimentos.

Tem que aproveitar a sua emotividade para dar-se a si mesmo motivos de amor ou temor que o ajudem a realizar com fidelidade e constância aquelas atividades que planejara.

Precisam adquirir as virtudes da *humildade*, contra a vanglória e o gosto por aparecer; E a *temperança*, contra a sensualidade.

8.- O AMORFO

É **não emotivo** (não se impressiona facilmente), **não ativo** (quer dizer, não tende interiormente a ação) e **primário** (quer dizer, reage prontamente, mas rapidamente volta para estado anterior).
Embora não é comum esta forma temperamental, indicamos que, quando se dá, tem como característica geral o ser muito influenciável pelo ambiente.

- **Qualidades Positivas:** é otimista e amável no trato. Muito sociável, embora com tendência a fugir do esforço pessoal que implicam os trabalhos comuns. É imperturbável ante o perigo.

- **Qualidades Negativas:** o mais notável é a preguiça. Por isso mesmo deixa o esforço para o último momento até que as necessidades lhe obrigam a agir. Naturalmente isto lhe faz ser com frequência incumpridor e impontual. Em alguns a preguiça se disfarça de atividade, fazendo coisas que gosta, embora

fuja das que deveria fazer; ou se contentando com o estritamente obrigatório. Ele é desordenado e descuidado no asseio. Às vezes é negligente no cumprimento de seu dever. Deixa-se influenciar facilmente pelo ambiente em que vive. Sua inatividade é um obstáculo para ser serviçal com o próximo, fazendo-lhe cada vez mais egocêntrico.

- **Educação:** contra a sua *apatia* e *desinteresse*: é necessário acender em seus corações a chama de um ideal, que dê motivo a suas atividades.

Contra a *inconstância*: deve procurar ter um plano de vida, fazer bem o exame de consciência, pôr-se nas mãos do diretor espiritual e obedecer-lhe em tudo.

VI. FATORES COMPLEMENTARES

Acrescentamos ao nosso trabalho sobre os temperamentos alguns fatores complementares, muito úteis para determinar com maior precisão qual é o nosso temperamento e quais particularidades ele tem.

Complete os seguintes questionários, corrija-os e descubra suas características temperamentais. Cada questionário tem 5 perguntas.

- As respostas que você marcar com um círculo na letra "**A**", *valem **2** pontos.*
- As respostas que você marcar com um círculo no sinal "**?**", *valem **1** ponto.*
- As respostas que você marcar com um círculo na letra "**B**", *valem **0** pontos.*

Some o valor das respostas de cada uma das características temperamentais.

"C" Amplitude do Campo de Consciência (ampla - estreita)	2	1	0
1.- Quando você está ocupado, realizando alguma atividade interessante:		?	
Você rejeita por instinto tudo aquilo que lhe tira da ocupação em que está? Irrita-se (pelo menos interiormente) contra toda distração?	A		
Ou acolhe estas perturbações sem irritar-se, com reação suave e sem esforço?			B
2.- Quando deve realizar tarefas complexas, nas quais você deve dar atenção a muitas coisas ao mesmo tempo (por exemplo: atender um local de vendas ou ser secretário de um escritório):		?	
Incomodam-lhe instintivamente esses trabalhos?	A		
Ou pelo contrário, gosta dessas circunstâncias, e dá atenção com facilidade e prazer a muitas coisas ao mesmo tempo, sem perder os detalhes e sem fazer esforços extraordinários?			B
3.- Quando você necessita investigar um tema difícil:		?	
Você consegue concentrar-se na pesquisa até encontrar o que estava procurando?	A		
Ou se cansa de estar tanto tempo concentrado e depois de um tempo começa a distrair-se?			B
4.- Quando lhe explicam algo novo:		?	
Você tem tendência (pelo menos interiormente), a dizer: "pouco a pouco; vamos por partes"? Quer dizer, prefere ir entendendo bem parte por parte?	A		
Ou lhe incomoda tanta análise, e para você é suficiente uma explicação que dê uma visão geral da questão, sem aprofundar em cada detalhe?			B
5.- Quando está entretido fazendo alguma coisa:		?	
Absorve-lhe o que está fazendo, até o ponto de não perceber o que acontece ao seu redor?	A		
Ou lhe resulta fácil executar o que tem que fazer, sem perder de vista o que acontece ao seu redor?			B
Pontos			0
TOTAL "C"			

A amplitude do campo de consciência é a maior ou menor capacidade de prestar atenção a vários objetos ao mesmo tempo.

- Pode ser **ampla**, quando pode atender ao mesmo tempo a um *grande número de objetos* (se chama *atenção múltipla ou distribuída*, que não é o mesmo do que *atenção difusa*.). Por exemplo: um atendente de um comércio ou armazém, deve diversificar sua atenção para múltiplos objetos, pessoas, sugestões, dados, lembranças, cuidados, etc., de modo que, além da *atenção difusa* pela que percebe de modo geral o que está acontecendo no local, atende diretamente a uma multidão de coisas que exigem presença principal em sua consciência (*atenção múltipla*). Quanto mais ampla for uma consciência, goza de menos profundidade. Os coléricos e sanguíneos geralmente têm consciência ampla, devido a sua extroversão e primariedade.

- A amplitude do campo de consciência também pode ser **estreita**, quando só consegue atender a um só objeto de cada vez (**concentração profunda em um objeto**). É o caso de um cientista pesquisador, que é mais

apto para atender a um objeto profundamente, do que a muitos superficialmente. Os sentimentais e os apáticos geralmente têm consciência estreita, devido a sua introversão e secundariedade.

Com estes dois exemplos, do comerciante ativo e do pesquisador concentrado, ilustram-se as caraterísticas temperamentais que tratamos.

"S" (Sociabilidade)	2	1	0
1.- Se você se sente ofendido por alguma injúria recebida:		?	
Reage imediatamente com lágrimas, protestos ou respostas ofensivas?	A		
Ou geralmente guarda-se a raiva, sem reagir, a não ser que as ofensas excedam os limites?			B
2.- Quando você está na mesa comendo com seus familiares ou amigos:		?	
Gosta de falar e expressar o que sabe ou opinar sobre algum assunto?	A		
Ou geralmente prefere escutar o que os outros estão falando e limitar-se a opinar sobre isso?			B
3.- Quando está em uma festa ou reunião social com pessoas que não conhece:		?	
Prefere ficar tranquilo em algum canto, pois para você é difícil falar em público e socializar-se?			B
Ou facilmente pode falar e socializar-se com pessoas que não conhece?	A		
4.- Onde você fica mais à vontade?		?	
Gosta da tranquilidade, do silêncio e da solidão de sua casa, de seu quarto ou de outro lugar privado?			B
Ou prefere sair, porque gosta do barulho, da novidade e das reuniões sociais?	A		
5.- Quando acontecem a você coisas importantes (boas ou más):		?	
Tem o desejo de contá-las a todos?	A		
Ou prefere guarda-las em seu interior, e somente conta-las a seu melhor amigo?			B
Pontos			0
TOTAL "Z"			

La sociabilidade é a inclinação de uma pessoa para o exterior (extrovertido) ou para seu interior (introvertido).

- **Extrovertido:** A extroversão é uma atitude típica que se caracteriza pela concentração do interesse em um objeto externo. Os extrovertidos se interessam pelo mundo exterior das pessoas e das coisas, tratam de ser sociáveis e de estar a par do que acontece ao seu redor.

- **Introvertido:** A introversão é uma atitude típica que se caracteriza pela concentração do interesse nos processos internos do sujeito. Os introvertidos se interessam principalmente por seus pensamentos e sentimentos, por seu mundo interior. Tendem a ser profundamente introspectivos.

"P" Polaridade (diplomática - combativa)	2	1	0
1.- Quando você recebe alguma injustiça ou ofensa:		?	
Você tende a protestar violentamente, "doa a quem doer", enfrentando quem quer que seja?	A		
Ou instintivamente (embora se sinta ferido no seu interior) tende por temperamento a suavizar as coisas, procurando, se for possível, a conciliação?			B
2.- Quando ao agir, você está por fazer algo que desagrada aos outros:		?	
Você não se importa com o que os outros possam pensar ou sentir, e age, embora isso possa gerar conflitos? ("Se não gostarem..., sinto muito; mas eu sou assim").	A		
Ou pelo contrário, não fica tranquilo "se não estiver bem com todo mundo", preocupando-se do que pensarão e sentirão os outros, pois não gosta de bater de frente com eles?			B
3.- Quando você acha que deve corrigir a uma pessoa:		?	
Você pode expressar com facilidade os defeitos deles e repreender-lhes por sua conduta?	A		
Ou lhe custa muito isto, e evita ver-se em tais ocasiões?			B
4.- Quando você discute com outra pessoa:		?	
Tende instintivamente a "chegar a um acordo", procurando convencer ao outro diplomaticamente, com simpatia e cedendo um pouco de sua parte, etc.?			B
Ou pelo contrário você deseja que "as coisas fiquem claras", e se fixa nos pontos em que não está de acordo, para discuti-los com firmeza e energia?	A		
5.- Quando você é frequentemente atacado por um companheiro, com ironias, sarcasmos, faltas de caridade, injúrias, etc.:		?	
Tende instintivamente a responder a esses ataques, (embora, talvez, não o faça por outros motivos)?	A		
Ou você prefere, por temperamento, escapar do conflito, tentando evitar encontrar-se com essa pessoa?			B
Pontos			0
TOTAL "P"			

A polaridade é o modo de reagir ante os nossos opositores: (aqueles que nos contradizem, que concorrem conosco, que nos atacam, etc.). Pode ser:

- **Polaridade combativa:** são os indivíduos que instintivamente procuram a luta, a competição. Eternos lutadores, sem concessões ao concorrente. Nobres (não odeiam a seus adversários), embora sempre suscitem a luta em torno deles. Desejam a grandeza, e seu amor é cavalheiresco e conquistador. Encaram "de frente". O apaixonado e o colérico são geralmente combativos, devido a sua emotividade e atividade.

- **Polaridade diplomática:** é um conciliador nato, pronto para procurar os pontos de concórdia. Sincretista em suas opiniões, procura agradar e está disposto a ceder para não ter que discutir. Por isso tende a não ser sincero (falso). Detesta instintivamente a luta, mas no caso de ver-se obrigado a ela, é um adversário cruel e intrigante. O sanguíneo geralmente é diplomático.

Evidentemente, destacamos as caraterísticas *extremas* de tais polaridades. Ambas, sem dúvida, são valores humanos que, em diferentes circunstâncias (e sem desvio, nem desenfreio), podem servir tanto ao indivíduo como à sociedade. Um chefe militar e um diplomático de valor, encarnariam as duas polaridades, naquilo que elas têm de mais nobre e ao mesmo tempo de antitético, dentro de um marco social.

"V" Avidez (Desinteresse - Avidez)	2	1	0
1.- Quando conversa com seus amigos ou colegas :		?	
Você gosta quase sempre de falar de suas próprias coisas, procurando atrair a atenção para os seus projetos, seus êxitos, os desgostos ou alegrias que você teve, etc.?	A		
Ou pelo contrário se interessa em saber o que aconteceu com os outros, perguntando-lhes e dando atenção às ideias, projetos e acontecimentos deles?			B
2.- No trabalho:		?	
Você deseja que os outros lhe ajudem a cumprir seus planos?	A		
Ou pelo contrário, você prefere colaborar com os planos dos outros?			B
3.- Em referência a suas coisas pessoais (seus próprios livros, ferramentas, instrumentos, roupa, etc.):		?	
Empresta-os espontaneamente e com prazer?			B
Ou sente desgosto interior em emprestá-los (embora de fato os empreste cortesmente)?	A		
4.- Em referência ao uso do seu tempo :		?	
Você procura aproveitar ao máximo seu tempo? Organiza as coisas de maneira que ocupa até o último minuto, e, portanto, poucas vezes está "disponível" para ajudar aos outros?	A		
Ou pelo contrário, procede como se lhe sobrasse o tempo, estando "disponível" para fazer encargos e coisas de outros?			B
5.- Quando lhe oferecem alguma coisa que no momento você não está precisando, mas que algum dia poderia ser-lhe útil:		?	
Você tem tendência instintiva a aceitar essas ofertas só para aproveitar a ocasião, embora você não precise agora do que lhe oferecem?	A		
Ou deixa passar indiferentemente essas ocasiões, porque no momento essas coisas não lhe interessam?			B
Pontos			0
TOTAL "V"			

A avidez é o desejo de possuir todas aquelas coisas consideradas úteis para o sujeito, seja para o presente ou para o futuro.

Daí a tendência a acumular, a aproveitar as ocasiões de aprender, ler, ver, ouvir, apropriar-se de alguma coisa..., convertendo o próprio "eu" em centro de convergência das coisas. Esta predisposição temperamental de aproveitar de todas as coisas que poderiam ser-nos úteis, caso não seja trabalhada, pode levar-nos a ser egoístas. O sentimental e o apaixonado geralmente são ávidos.

"F" Afeto (Desapego - Afeto)	2	1	0
1.- Em referência às manifestações de afeto que os outros tem para com você:		?	
Você é bastante sensível a elas, e "não pode viver" sem sentir-se querido e estimado pelos que lhe rodeiam?	A		
Ou isso não lhe preocupa muito?			B
2-. Quando você tem afeto por alguma pessoa:		?	
Sente-se inclinado a manifestá-lo a ela com palavras afetuosas, com cuidados carinhosos, etc.?	A		
Ou pelo contrário, não consegue fazer isso, e tende a provar o afeto com atos concretos (prestar-lhe serviços, ajudar-lhe nas suas tarefas, etc.)?			B
3.- Quando seu amigo ou colega está alegre ou triste:		?	
Você compartilha "em seu interior" os estados de ânimo alheios, sentindo-se alegre ou triste com os outros?	A		
Ou só compreende as alegrias e penas alheias de uma maneira "intelectual" e "fria", sem que isso afete os seus sentimentos?			B
4.- Em relação às crianças:		?	
Você tem carinho por elas? Gosta de sua companhia? Agrada-lhe brincar com elas?	A		
Ou talvez as estima de uma maneira "teórica", ou seja, "de longe"?			B
5.- Em relação ao contato e companhia de seus amigos:		?	
Você tem necessidade de vê-los frequentemente?	A		
Ou permanece muito tempo sem vê-los e sem sentir a sua ausência, embora isso não debilite a sua amizade?			B
Pontos			0
TOTAL "F"			

O afeto é a intensidade com que nos aderimos afetivamente às pessoas e o grau de dependência que temos de seu carinho.

Este fator é diferente do chamado "emotividade" (já que existem emotivos "secos", aos quais qualquer ofensa fere intensamente, e rompem uma amizade por qualquer motivo). O sentimental geralmente é afetivo, ao contrário do apático.

"T" Tipo de Inteligência (Int. Prático - Int. Especulativo)	2	1	0
1.- Onde você ficaria mais à vontade?		?	
Você é daquelas pessoas que ficam à vontade rodeadas de livros sérios, revistas de alto nível ou, pelo menos, de divulgação científica, etc., por seu amor ao estudo profundo e à investigação?	A		
Ou pelo contrário, você prefere as relações sociais intensas e as atividades predominantemente práticas?			B
2.- Em relação a seu modo de pensar:		?	
Você é um pouco "teorizante"? Gosta de analisar de modo racional seu modo de proceder, seus critérios e ideias, sempre tentando tirar razões teóricas, de uma maneira séria e profunda?	A		
Ou pelo contrário, você acredita que o "bom sentido comum" é suficiente para justificar e explicar as coisas da vida diária, e que teorizar tudo é complicar-se sem necessidade?			B
3.- Em presença de um aparelho ou de uma máquina que você não conhece:		?	
Você se interessa principalmente pelas aplicações que isso pode ter?			B
Ou interessa-lhe mais saber como funciona, segundo que princípios e mecanismos?	A		
4.- Quando está na mesa com seus amigos ou colegas:		?	
Você tende espontaneamente a orientar a conversação para temas abstratos, de ideias (científicas, religiosas, filosóficas, etc.)?	A		
Ou prefere conversar dos acontecimentos diários, ou de projetos e atividades de tipo prático?			B
5.- Ante um problema sério (científico, social, filosófico, etc.):		?	
Você se interessa em conhecer a solução por si mesmo, tentando estudá-lo com rigor científico e analisando as razões a favor e em contra?	A		
Ou admite a solução que as pessoas de autoridade propõem (especialistas na matéria), sem desejo de investigar por si mesmo dita solução ou as razões teóricas que a justificam?			B
Pontos			0
TOTAL "T"			

O tipo de inteligência é a predisposição que a nossa inteligência tem para ocupar-se do especulativo ou do prático. Pode ser:

Tendência especulativa: é o desejo de saber, e sobretudo de "compreender", prescindindo de toda utilidade prática e de todo desejo de aplicação. Característica dos investigadores teóricos, que procuram a verdade por ela mesma. Este *desejo de compreender* é diferente da *inteligência* ou capacidade de compreensão. O sentimental, o apático e o fleumático geralmente são especulativos.

Tendência prática: é o interesse de conhecer a utilidade prática de cada coisa e sua aplicação, sem interessar-se por entender sua natureza, princípios e causas. O apaixonado, o colérico e o sanguíneo geralmente são práticos.

VI. CARATEROGRAMA COMPLETO

		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
E	Não Emotividade												Emotividade
A	Não Atividade												Atividade
R	Primariedade												Secundariedade
C	Conc. Ampla												Conc. Estreita
S	Interioridade												Exterioridade
P	Pol. Diplomática												Pol. Combativa
A	Desinteresse												Avidez
F	Desapego												Afeto
T	Int. Prático												Int. Especulativo

VII. PARA QUE SERVEM ESTAS DESCRIÇÕES?

Nenhum destes "tipos temperamentais" dão-se na realidade em estado "quimicamente puro" (existem numerosas misturas); porém, é indubitável que em cada indivíduo predominam certas caraterísticas temperamentais, que permitem colocá-lo em algum dos quadros indicados.

O conhecimento que este estudo dá de nós mesmos, pode considerar-se **parcial** (pois só mostra a estrutura básica, sem aludir ao entorno, nem à história, nem à educação, e menos ainda à liberdade de cada indivíduo) e **esquemático** (porque estes modelos são teóricos e rígidos e precisam depois ser adaptados a cada caso particular). Mas é **suficiente** para ajudar-nos a compreender melhor a nós mesmos e aos outros; pois nos permite identificar as nossas disposições naturais mais profundas, a direção de nossas reações, e os aspectos positivos e negativos de nosso modo natural de agir.

Resumindo, podemos concluir dizendo que este trabalho é útil e até mesmo necessário, porque *só aquele que conhece seus defeitos pode trabalhá-los.*

Bibliografia utilizada (em espanhol):

LE SENNE, *Tratado de Caracterología*, Buenos Aires (1953).

IBÁÑEZ GIL, J., *Pastoral Juvenil Diferencial: Tipología y Pastoral*, Bs. As. (1970).

FUENTES, MIGUEL Á., *El examen particular de conciencia y el defecto dominante de la personalidad*, Edive, San Rafael, (2011).

LUCAS, RAMÓN, *Explícame la persona*, Roma, (2012).

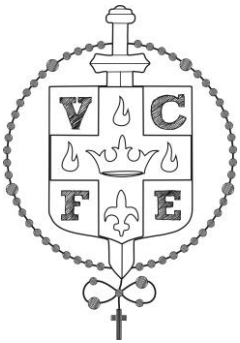
Índice:

I. O conhecimento de si mesmo..... 3
II. Temperamento e caráter..... 3
III. Questionário para conhecer seu próprio temperamento..... 6
1. Instruções..... 6
2. Resultado..... 7
3. Questionário..... 7
Emotividade..... 8
Atividade..... 9
Ressonância..... 10
4. Tipos de Temperamentos..... 11
5. Descubra as suas características temperamentais..... 13
IV. Descrição dos Temperamentos..... 14
1.- o apaixonado..... 14
2.- o colérico..... 16
3.- o sanguíneo..... 18
4.- o sentimental..... 20
5.- o apático..... 23
6.- o fleumático..... 25
7.- o nervoso..... 26
8.- o amorfo..... 27
V. Fatores complementares..... 28
Amplitude do Campo de Consciência (ampla - estreita)..... 29
Sociabilidade (Introvertido - Extrovertido)..... 30
Polaridade (diplomática - combativa)..... 31
Avidez (Desinteresse - Avidez)..... 32
Afeto (Desapego - Afeto)..... 33
Tipo de Inteligência (Int. Prático - Int. Especulativo)..... 34
VI. Caracterograma completo..... 35
VII. Para que servem estas descrições? 35
Bibliografia utilizada..... 35

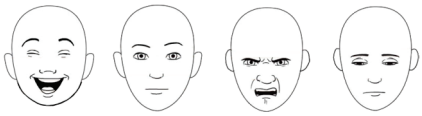
Acabou-se de imprimir em São Paulo

No dia 25 de abril de 2015
Festa de São Marcos, evangelista.

© 2015 - José Antonio Gonzalez
Instituto do Verbo Encarnado
Estr. Curucutú, 1700 CEP: 04895-090
Barragem - São Paulo - SP
Tel: (11) 5977-3779
webbrasil@ive09.org
www.verboencarnadobrasil.org



Série
DIREÇÃO ESPIRITUAL



O CONHECIMENTO DE SI MESMO

Quem não se conhece dificilmente chegará à perfeição, porque pode formar uma ideia errada sobre si mesmo.

É necessário, então, ter um conhecimento claro e preciso, tanto de nossas qualidades naturais, quanto daquelas adquiridas ao longo da nossa vida, quer dizer, de nosso temperamento com suas características positivas e negativas, e do modo no qual podemos trabalhá-lo para obter um caráter virtuoso.

Instituto do Verbo Encarnado

ISBN 978-85-919031-0-8

9 788591 903108